

Las Leyes Morales de la Vida

La mente no es solo una computadora maravillosa que puede manejar y almacenar información; también es una entidad moral y espiritual. Con esto queremos decir que tiene el poder de discriminar entre lo que es moralmente correcto y lo que es moralmente incorrecto, y está dotada de la capacidad para disfrutar de una vida espiritual en comunión con el Creador. La relación con las leyes morales y espirituales del ser tiene una influencia vital en la salud física. La Biblia dice:

«El corazón sano es vida para la carne; pero la envidia es podredumbre de los huesos» (Proverbios 14:30).

Por «corazón» se entiende la mente, donde se localizan los procesos de pensamiento.

«Porque cual es su pensamiento en su corazón, tal es él» (Proverbios 23:7).

Esto significa que el pensamiento correcto promoverá la vida y la salud, mientras que el pensamiento incorrecto invitará a la decadencia y la muerte.

Los pensamientos van acompañados de sentimientos correspondientes. Si los pensamientos son incorrectos, los sentimientos serán incorrectos. Si los pensamientos transcurren por el canal de la queja, la desconfianza, la sospecha, la murmuración, los celos, la envidia, el resentimiento o la ira, los sentimientos serán oscuros y sombríos.

Tales sentimientos tienen un efecto negativo y venenoso en las glándulas, la sangre, el estómago, el hígado, el corazón y, de hecho, todo el cuerpo. La prescripción de Pablo es buena para la vida y la salud:

«Por lo demás, hermanos, todo lo que es verdadero, todo lo honesto, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo de buen nombre; si hay alguna virtud, si algo digno de alabanza, en esto pensad» (Filipenses 4:8).

La Palabra de Dios da la verdadera norma para los pensamientos correctos. Esa norma es la ley de Dios: los Diez Mandamientos. Hay salud en la obediencia a la ley de Dios. Su Palabra dice:

«Que tu corazón guarde mis mandamientos; porque largura de días y años de vida y paz te añadirán. Será salud a tu ombligo, y médula a tus huesos» (Proverbios 3:1-2,8).

Acerca de los mandamientos de Dios, la Biblia también dice:

«Porque son vida a los que las hallan, y salud a toda su carne» (Proverbios 4:22).

La promesa dada a los antiguos israelitas sigue siendo válida hoy:

«Si oyeres atentamente la voz de Jehová tu Dios, e hicieres lo recto delante de sus ojos, y dieres oído a sus mandamientos, y guardares todos sus estatutos, ninguna enfermedad de las que envié a los egipcios te enviaré a ti; porque yo soy Jehová tu sanador» (Éxodo 15:26).

La ley de Dios de los Diez Mandamientos es el documento más perfecto que gobierna la conducta de la vida. Lo primero que hay que notar acerca de ella es que es una enunciación del principio del amor.¹

«Dios es amor» (1 Juan 4:8),

—y sus mandamientos son una transcripción de su carácter, una expresión de lo que quiere que seamos. Por «amor» la Palabra de Dios no significa mero sentimiento o emoción, sino el principio divino de preocupación desinteresada por los demás. Cristo, que vino a este mundo y no buscó nada para sí mismo, que anduvo haciendo el bien, dando finalmente su vida en la cruz para salvar al mundo, incluso a sus enemigos, es la encarnación del «amor». Pablo, su evangelista, da una definición inspirada del amor cuando escribe:

«El amor es paciente; es bondadoso y no tiene envidia. El amor no es jactancioso, ni vanidoso, ni grosero; no es egoísta, no se enoja fácilmente. No guarda rencor; no se alegra de la injusticia, sino que se regocija con la verdad.

Todo lo sufre, todo lo cree, todo lo espera, todo lo soporta. El amor nunca deja de ser» (1 Corintios 13:4-8).

En la economía del universo de Dios, el amor es la ley de la vida. Nada debe vivir para sí mismo. Incluso todo en la naturaleza es creado para servir. La ley del servicio a los demás es la ley de la vida. Por otro lado, el egoísmo es muerte. Ninguna parte del cuerpo podría vivir a menos que sirviera a sus miembros compañeros. Así que una vida vivida en beneficio propio es una muerte viviente, y cada indulgencia del egoísmo tiende a descomponer las fuerzas vitales e invitar a la enfermedad y la muerte. Una mente centrada en sí misma es una mente enferma, y su influencia es de daño positivo para todo el cuerpo.

Como ilustración de cómo el amor desinteresado promoverá la vida y la salud, citamos este pasaje de la Biblia:

«¿No es más bien el ayuno que yo escogí...? ¿No es que compartas tu pan con el hambriento, y a los pobres errantes albergues en tu casa; que cuando veas al desnudo, lo cubras, y no te escondas de tu prójimo? Entonces nacerá tu luz como el alba, y tu salvación se dejará ver pronto; e irá tu justicia delante de ti, y la gloria de Jehová será tu retaguardia» (Isaías 58:6-8).

Además de la bendición de Dios, hay una razón fisiológica por la cual esto promoverá la salud. Una autoridad en este tema ha dicho:

«El placer de hacer el bien a otros imparte un resplandor a los sentimientos que destella a través de los nervios, acelera la circulación de la sangre, e induce salud mental y física».²

Cuando pasas luz a través de un prisma, se dispersa en los colores del arcoíris. Así mismo, los Diez Mandamientos son el amor mostrado en el espectro de la Palabra de Dios. Los primeros cuatro mandamientos encarnan nuestro deber para con Dios: un deber de amarlo porque Él nos amó primero. Jesús y Moisés dijeron:

«Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, y con toda tu alma, y con toda tu mente y con todas tus fuerzas» (Marcos 12:30).

En el primer mandamiento vemos que el amor abraza el principio de lealtad: lealtad a nuestro Creador y Redentor. En el segundo mandamiento vemos el principio de adoración: un deber que debemos a Dios como nuestro Creador. En el tercero vemos que el amor abraza el principio de reverencia. El cuarto mandamiento inculca el principio de santidad, y, como señal de la lealtad de uno al Dios del cielo, ordena la bendición del reposo sabático.³ Nos privamos de un gran beneficio físico y espiritual cuando descuidamos descansar del trabajo un día de cada siete.

Los últimos seis mandamientos se refieren al amor a nuestros semejantes:

«Amarás a tu prójimo como a ti mismo» (Marcos 12:31).

En ellos vemos los principios de respeto a la autoridad, santidad de la vida, pureza, honestidad, veracidad y contentamiento.

No debemos mirar los mandamientos de Dios desde un punto de vista prohibitivo, sino desde el punto de vista de la misericordia. Son para guardar nuestra salud y felicidad. Esta ley de diez preceptos es una expresión del mayor amor que se ha mostrado al hombre. Hay vida y salud en el camino de los mandamientos de Dios. Una mente que se regocija en la adoración y comunión de Dios, que es respetuosa, pura, honesta, veraz y contenta, es un estímulo maravilloso para la salud.

¹ Véase Romanos 13:10.

² E. G. White, Testimonios para la Iglesia, vol. 4, p. 56.

³ Ezequiel 20:12.